

## Разъяснения по способу приема Miralax при подготовке к колоноскопии

Colonoscopy, Miralax Instructions (Russian)

**ВАЖНО!** Не откладывая прочтите эти разъяснения, чтобы правильно подготовиться к процедуре. Позвоните по телефону **617-754-8888**, если у вас возникнут вопросы или если понадобится перенести или отменить визит.

### Куда явиться на процедуру:

- East Campus**, 330 Brookline Ave, Boston  
 корпус Stoneman 3-ий этаж     корпус Stoneman 4-ый этаж

Запаркуйте машину в гараже Feldberg

- West Campus**, 185 Pilgrim Road, Boston  
West Procedural Center (WPC), здание Farr, 1-ый этаж  
Парковка в гараже на Pilgrim Road или в гараже здания Lowry

- Beth Israel Deaconess, Lexington Campus**  
482 Bedford Street, Lexington Ambulatory Surgery (отделение амбулаторной хирургии), 1-ый этаж

День/ Дата: \_\_\_\_\_

Время прибытия: \_\_\_\_\_

Время процедуры: \_\_\_\_\_

Приблизительное время окончания визита: \_\_\_\_\_

Фамилия проводящего процедуру врача: \_\_\_\_\_

## Предварительная подготовка к процедуре

- ❖ **Медикаменты** –Если вы употребляете Pepto-Bismol или любые содержащие железо добавки, просьба прекратить их прием за **7** дней до процедуры. Можно по-прежнему принимать аспирин и другие подобные болеутоляющие. Позвоните нам, если вы принимаете антикоагулянты, но не упомянули об этом, когда назначали процедуру. **НЕ меняйте режима приема** лекарств самостоятельно.
- ❖ **Пациентам с диабетом.** Не меняйте диету, режим приема лекарств и дозу инсулина, не посоветовавшись предварительно с врачом.
- ❖ **Если вы беременны,** пожалуйста, посоветуйтесь со своим акушером-гинекологом о том, когда лучше провести процедуру, а также о том, какой выбрать способ седации или наркоза.
- ❖ **Седация.** Большинство пациентов получают перед процедурой седативные средства. Если у вас имеется одна или более из указанных ниже проблем, просьба сообщить нам о них заранее, так как их наличие может повлиять на выбор седативных средств:
  - Аллергические реакции или иные проблемы, связанные с седативными, болеутоляющими или наркотическими средствами.
  - Текущий вес вашего тела составляет более 300 фунтов (136 кг)
  - Прием в настоящее время наркотических болеутоляющих средств
  - Тяжелая болезнь печени
- ❖ Не следует возвращаться на работу или учебу, принимать важные решения и осуществлять уход за детьми, пока вновь не окрепнет организм, ослабленный седативными средствами. Если не указано иначе, вы сможете вернуться к своим обычным обязанностям на следующий день после колоноскопии.
- ❖ **ЗАРАНЕЕ ПОПРОСИТЕ КОГО-НИБУДЬ ИЗ СВОИХ ВЗРОСЛЫХ ЗНАКОМЫХ ПРИЕХАТЬ И ЗАБРАТЬ ВАС ДОМОЙ.** Когда вы будете готовы к выписке, этот родственник или знакомый должен будет зайти за вами в процедурный блок. Исключения возможны только для пациентов, решивших проходить процедуру без седации. В этом случае пациент должен заранее обсудить свое намерение с врачом. **После седации запрещено водить машину.**
- ❖ Более подробную информацию можно прочесть на странице вебсайта, называемой **Подготовка к процедуре**. Для этого скопируйте телефонным фотоаппаратом отпечатанный здесь код или посетите страницу [www.bidmc.org/gipreps](http://www.bidmc.org/gipreps)



## Подготовка кишечника к колоноскопии при помощи препаратов Miralax и Dulcolax

### Как готовиться

#### За три (3) дня до колоноскопии

- Перейдите на беспшлаковую диету. Прилагается листок, содержащий список продуктов, от употребления которых следует воздержаться.

#### Накануне колоноскопии

- С самого утра начните придерживаться диеты, включающей только прозрачные жидкости. Весь день пейте большое количество прозрачных жидкостей. Список рекомендуемых прозрачных жидкостей см. в прилагаемом листке.
- В **5 часов вечера** — Примите три (3) таблетки слабительного Dulcolax.
- В **7 часов вечера** — **Первая доза Miralax:** Смешайте 238 г (8.3 унций) Miralax с 64 унциями воды или спортивного напитка. Встряхните смесь несколько раз, чтобы довести ее до равномерной консистенции.
- Пейте по 8 унций раствора Miralax каждые 10-15 мин., пока не выпьете половину (32 унции).
- В течение следующих двух часов: Выпейте минимум пять стаканов прозрачных жидкостей, каждый по 8 унций.

#### В день колоноскопии

- За **6 часов до назначенного для процедуры времени** — **Вторая доза Miralax:** Выпейте вторую дозу Miralax. Каждые 10-15 минут опорожняйте по одному стакану объемом в 8 унций, до тех пока все не выпьете.
- В течение следующих двух часов: Выпейте минимум пять стаканов прозрачных жидкостей, каждый по 8 унций.
- За **4 часа до назначенного для процедуры времени:** Прекратите прием любых жидкостей. Можете запить утренние лекарства маленьким глотком воды. Больным, страдающим диабетом или принимающим антикоагулянты, следует проконсультироваться с лечащим врачом относительно любых изменений в порядке приема лекарств.

### ВАЖНО!

Пожалуйста, минимум за неделю до процедуры ознакомьтесь с инструкциями и позвоните к нам в офис, если у вас появятся вопросы.



### Что вам потребуется

- Miralax** в виде порошка в дозировке 238 граммов (8.3 унций) или генерическая форма полиэтиленгликоля 3350 (их можно найти в магазине/аптеке среди слабительных средств; продаются без рецепта).
- Слабительные таблетки **Dulcolax** (бизакодил), не пользоваться свечками и размягчителями стула; для подготовки понадобится три (3) таблетки. Продается без рецепта.

#### Дополнительно:

- Три (3) бутылки (каждая объемом 16 унций) с прозрачными жидкостями или спортивными напитками (не красного и не розового цвета)
- Пакетики Jell-O любого цвета— кроме красного и розового
- Кубики овощного, куриного или говяжьего бульона
- Влажные детские салфетки

### Полезные советы

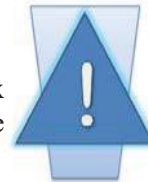
- Если во время подготовки к процедуре у вас начнется тошнота, выпейте мятный чай или сососите лимон.
- Советуем охладить раствор, поставив его на лед.
- Когда начнется понос, воспользуйтесь влажными детскими салфетками для предотвращения кожных раздражений. Не пользуйтесь Vaseline (вазелином) и Desitin.

## Диета, состоящая из легко усвояемых продуктов и прозрачных жидкостей

Ниже приводится перечень разрешенных к употреблению продуктов, а также список прозрачных жидкостей, которые можно пить при подготовке к колоноскопии. В целом, избегайте жесткой еды и не употребляйте продуктов, богатых клетчаткой, содержащих цельное зерно, орехи, семечки, шелуху и красную краску,

### ВАЖНО!

Следуя диете из легкоусвояемых пищевых продуктов, вы сможете лучше всего подготовить кишечник к колоноскопии. Если вы не уверены, является ли легкоусвояемым тот или иной продукт, воздержитесь от его употребления.



Группа продуктов	Разрешенные продукты	Запрещенные продукты...
<b>Молочные продукты</b>	Обычное, соевое и ореховое молоко (только незернистое), мороженое, йогурт, сыр	Не употреблять молочные продукты, в которых содержатся орехи, семечки или фрукты
<b>Напитки</b>	Кофе, чай, газированная вода, соки без мякоти, Kool-Aid (без красной краски), Boost, Ensure и другие питательные добавки без клетчатки	Не употреблять напитков с мякотью, семечками и добавками клетчатки, а также сливовый сок
<b>Хлеб, хлопья, углеводосодержащие продукты</b>	Рафинированные виды хлебобулочных изделий, включая английские булочки (English muffins), питу, бисквиты, сдобу, крекеры, блины, вафли, Cheerios, Cornflakes, Rice Krispies, белый рис, рафинированные макаронные изделия	Не есть изделия из цельносмолотой муки, овсянку, гранолу, продукты с семечками и орехами, кукурузный хлеб, крекеры из непросеянной пшеничной муки (graham crackers), коричневый и дикий рис, картофельную кожуру, кинву
<b>Фрукты</b>	Консервированные и вареные фрукты без кожицы и семечек, яблочный соус, зрелые бананы, железированный клюквенный соус	Не употреблять сырые фрукты (но бананы можно), консервированные ананасы, апельсины, фруктовое ассорти, сушеные фрукты, непроцеженный клюквенный соус, авокадо
<b>Овощи</b>	Мягкие, хорошо проваренные консервированные и замороженные овощи без семечек и кожуры, такие как очищенная морковь и свекла, фильтрованный овощной сок и томатный соус	Не употреблять никаких сырых, а также жестких и волокнистых вареных овощей, таких как брокколи, спаржа, шпинат и т.п.
<b>Мясо и его заменители</b>	Мягкая вареная рыба, птица, говядина, свинина, яйца, тофу, однородная арахисовая паста	Не есть хрящей, мясных закусок, мясозаменителей, изготовленных из цельных зерен, семечек, орехов, бобовых и чечевицы
<b>Разное</b>	Соль, сахар, молотые или измельченные специи, шоколад, жидкие или однородные пищевые добавки, такие как кетчуп, соевый соус, майонез или желе (но не джем и не варенье)	Не употреблять перец, семенные пряности и другие зерносодержащие продукты, орехи, попкорн, соленые огурцы и маслины

**Диета, состоящая из прозрачных жидкостей: Чтобы не обезводиться, пейте весь день прозрачные жидкости!**

**На той стадии подготовки, когда вам не разрешено будет пить ничего, кроме прозрачных жидкостей, вы сможете употреблять только следующие напитки:** обычная вода, светлая газированная вода, чай или кофе (только черные без сливок и молока), прозрачные соки, Gatorade и другие спортивные напитки (без красных красителей), куриный, говяжий и овощной бульон, Jell-O (только не красный) и леденцы на палочке (не красные).

Не употреблять твердую пищу. Не разрешено разгрызать карамели и жевать резинку, употреблять напитки с красными красителями, молочные напитки, соки с мякотью, алкоголь.